



## Prüfungswesen 2016

### Bericht #7

#### Fortbildung im Kodokan

Im Prüfungswesen des WJV nimmt die Fortbildung der Referenten einen wichtigen Stellenwert ein! So kann eine hochqualifizierte Ausbildung in sämtlichen Bereichen garantiert werden!

Die Kata-Referenten **Jacques Cosson** und **Astrid Czymara**, beide vom MTV Ludwigsburg, nahmen über Ostern zum zweiten Mal an einer an einer 11-tägigen Trainingsreise nach Japan teil, um sich in Tokio im Kodokan weiterzubilden. Sie waren Teil einer 16-köpfigen Reisegruppe aus ganz Deutschland, die zum Großteil aus Kata-Athleten, Kata-Referenten und Wertungsrichtern bestand.

Das Training im Kodokan fand an sieben Tagen statt, wobei es eine Einheit am Vormittag und eine am Nachmittag gab. Bevor das Training mit den Sensei beginnt, erwärmt man sich selbstständig, sodass gleich mit dem Training begonnen werden kann, wenn die Sensei das Dojo betreten.

Auf dem Programm standen dieses Jahr fünf Kata: die Kodokan-Goshin-Jutsu, die Kime-no-Kata, die Ju-no-Kata, die Itsutu-no-Kata und die Koshiki-no-Kata. Unter den erfahrenen Sensei des Kodokan wurde jede Kata vier Stunden lang trainiert: meistens wurde die Kata zuerst einmal in Teilen demonstriert, dann wurden die Techniken und deren Hintergründe erklärt, danach wurden diese Techniken trainiert – immer unter Beobachtung der beiden Sensei. Nach vier Stunden Techniktraining wurde abschließend die jeweilige Kata von den Teilnehmern demonstriert. Im Kodokan legt man großen Wert auf diese Demonstrationen, sie bilden den Höhepunkt und Abschluss jeder Einheit. Für die Teilnehmer ist dies auch ein ganz wichtiger Bestandteil, denn anschließend wird jede Demonstration von den Sensei besprochen; man erhält viele wertvolle Tipps zur Verbesserung seiner Leistung, gleichzeitig aber ist es ein Ansporn und eine Ehre, das Gelernte in einer Demonstration vor den großen Meistern auch umzusetzen.

**AC**



Foto von Thomas Hofmann

Die Gruppe mit Fujita (8. Dan), Makishi (7. Dan); Kodokan Goshin-Jutsu